П. Куренной

100 рецептов народной медицины

от русских травников до тибетских знахарей

П. КУРЕННОЙ

100 РЕЦЕПТОВ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ

от русских травников до тибетских знахарей

перевод с английского

Алма-Ата
«Казахстан»
АО «Караван»
1990

1. СИЛЬНЕЙШЕЕ СРЕДСТВО ПРОТИВ РЕВМАТИЗМА

Если одним и тем же средством тысячи русских травников, тысячи тибетских и монгольских лам врачуют своих больных, то средство это не может быть плохим.

Не исключено, что из всех противоревматических лекарств это — самое сильное и радикальное.

Способ приготовления лекарства: взять 100 граммов корня аконита (надо брать только корень, а не стебли), залить их одной квартой водки или разведенного медицинского спирта 60^0 крепости, поставить в теплое место на три дня. Когда настойка приобретает цвет крутого чая, она годна к употреблению в виде растирания.

Способ употребления: лицам с очень слабым сердцем рекомендуется употреблять при каждом втирании не больше одной чайной ложки настойки (вообще же доза — одна столовая ложка настойки для каждого раза втирания). Средство это обладает чудовищной силой. При втирании оно настолько усиливает кровообращение, что больной тотчас чувствует необычайное сердцебиение. Если болят обе ноги или руки, следует растирать только одну ногу, на следующий день — другую, далее,— одну руку и т. д. Этот порядок необходим, чтобы избежать нежелательного действия лекарства на сердце больного.

Настойку втирать досуха. Место, подвергнутое втиранию, обязательно обернуть фланелью, а поверх нее какой-нибудь шерстяной тканью, чтобы больное место держать в тепле и не допускать притока холодного воздуха.

Втирание лучше всего делать на ночь. Часа за два до вставания больного с постели ПОВЯЗКА СНИМАЕТСЯ. Утром, когда больной встает, следует намочить тряпку в холодной воде и, крепко отжав, обтереть ею подвергнутое втиранию место. Делать это надо быстро. Медленное обтирание может привести к простуде.

Если ревматизм очень болезненного свойства, с опухолями, то втирание настойки аконита делаются в течение четырех-пяти недель ежедневно перед сном.

Пить настойку аконита не рекомендуется. Желающие пользоваться этим средством должны быть самым категорическим образом предупреждены, что каждому указанию, относящемуся как к способу

приготовления лекарства, так и, в особенности, к способу его употребления, надо следовать точно и неукоснительно. Когда упомянута фланель, то речь идет именно о фланели. Шерстяная материя означает шерстяную материю, а не материю, содержащую 10% шерсти, а остальные 90% — хлопок.

Сразу же после втирания настойки, обязательно вымойте руки с мылом и щеткой, чтобы удалить из пор частицы этого, чудовищной силы лекарства. Если кто-либо после втирания настойки не вымоет тщательно руки, он рискует ОСТАТЬСЯ БЕЗ ГЛАЗ.

Неуклонно помните, что аконит сильно ядовит.

Чтобы показать читателю, как важно следовать в точности каждому указанию при пользовании данным средством, автор приводит следующий пример.

Известный натуралист Кнейн больным простудой с высокой температурой рекомендует, наполнив ванну ледяной водой, стоять в ней ровно одну минуту. Ни больше, ни меньше. Затем, надев шерстяные чулки, беспрерывно и быстро ходить по комнате в течение 15 минут. Потом ложиться спать. Однажды больной пожаловался Кнейну, что он чуть не умер после такого состояния. Кнейн в недоумении спросил его: «Вы стояли ровно одну минуту?» «Не только одну, целых пять минут простоял»,— ответил больной. На лице Кнейна отразился ужас...

Автор привел этот пример, чтобы лишний раз подчеркнуть, к каким последствиям может привести даже малейшее уклонение от предписаний врача, легкомысленное отношение к приготовлению лекарства или пользованию им. Некоторые подробности лечения многим покажутся пустячными, но в них-то и заключается суть лечения.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ДАННЫЕ К РЕЦЕПТУ №1

(корень аконита)

Растение это достигает двух метров высоты. Все оно очень ядовито, в особенности корень. В скотоводческих районах аконит наносит большой урон молодняку, но взрослый скот этого растения не трогает.

Аконит обычно растет в долинах, по берегам ручьев и речек, иногда по вершинам гор и по склонам, хорошо проветриваемых. Сбор (выкапывание корня) производится в сухие дни июня-июля. В это время растение крайне ядовито, обращаться с ним надо очень осторожно.

Аконит довольно хорошее средство от всех разновидностей ревматизма. Однако, нередко больные прекращают пользоваться настойкой, как только заметят, что в местах, пораженных ревматизмом, появляются язвочки, которые в большей мере, чем ревматизм, причиняют страдания. Между тем, это служит доказательством того, что настойка начала оказывать свое действие. С появлением язвочек

втирания следует прекратить, дав телу отдохнуть. Как только ранки заживут, лечение продолжается. Если ранки появятся снова, втирания должны быть прерваны. Обычно, после повторного втирания язвочек больше не бывает.

ЧУДЕСА ЛЕЧЕНИЯ РЕВМАТИЗМА
Дополнение к рецепту №1

В Харбине (Маньчжурия) в начале 1920 года одна интеллигентная дама, русская эмигрантка из Сибири, прочла в местной газете статью. Газета описывала, как один отчаявшийся безработный, амурский или забайкальский казак, решил отправиться из Харбина пешком на Родину. Почти без гроша, в лютую маньчжурскую стужу, казак предпринял безумное путешествие.

По дороге путник попал в страшный буран, обессилел и был занесен пургой. Вскоре буря утихла и через несколько часов прохожий маньчжур нашел на дороге закоченевшего казака, привез домой, отогрел его и возвратил к жизни. Казак и раньше был болен ревматизмом, а после ужасного обморожения обезножил совершенно. Ноги его распухли так, что страшно было смотреть. Благодетель-маньчжур отвез несчастного страдальца к русским в ближайшее селение, откуда беспомощного горемыку отправили в Харбин, по месту жительства...

Какое-то сердобольное семейство русских сжалилось над беднягой и приютило его у себя. Газетная статья заканчивалась призывом к добрым русским людям оказать посильную помощь тяжело больному, безродному и бездомному казаку.

Дама быстро оделась, взяла с собой бутылку настойки корня аконита и отправилась по указанному адресу. Дорогой в ее голове вихрем пронеслась картина ее собственных страданий от жестокой формы ревматизма. В годы своей ранней юности, еще задолго до замужества, эта дама чрезвычайно увлекалась рыбной ловлей зимой у проруби на реке. Сотни раз она возвращалась с большими куканами свежей рыбы, но... промерзшей до последней косточки, с промокшими насквозь валенками и чулками. Результаты были печальными. Однажды ноги ее так сильно распухли от ревматизма, что стали вдвое толще нормальных. Страдания женщины были тяжелы. После длительных и бесплодных попыток вылечить больную, доктора официальной медицины признали себя бессильными. Тогда один смелый фельдшер надрезал в нескольких местах ноги больной и извлек из них больше ведра гноя. Через короткий промежуток времени больная выздоровела.

По приезду в Харбин, в конце гражданской войны дама вновь заболела сильнейшим приступом ревматизма. Повторилась почти та же история, что и с десяток лет тому назад.

Полдюжины официальных докторов не принесли больной ни малейшего облегчения. Тогда один ее знакомый — старожил Харбина,

привел знахаря, по слухам, лечившего ревматизм каким-то таинственным способом тибетских лам. Знахарь в тот же день сделал больной первое втирание настойки аконита. Сразу же после втирания дама заснула крепким сном и проспала 10 часов. До этого она спала урывками по несколько минут. Эти минуты сна перемежались часами жутких страданий. Через месяц лечения дама танцевала на балах, изумляя близких и знакомых состоянием здоровья.

2. ВЕЛИКОЕ И УНИВЕРСАЛЬНОЕ СРЕДСТВО РУССКИХ ЗНАХАРЕЙ ОТ ВСЕХ ВИДОВ РЕВМАТИЗМА, ДО СУСТАВНОГО ВКЛЮЧИТЕЛЬНО

Дед автора вылечил этим средством сотни таких больных, которые потеряли всякую надежду на свое исцеление. Тысячи других знахарей также пользовались с успехом описываемым ниже средством.

400 граммов сенной трухи следует положить в ситцевый мешочек и кипятить в кастрюле или другой посуде с 3—5 литрами воды в течение 30 минут. Полученный отвар влить в ванну и добавить горячей воды до половины ванны. Сесть в ванну и закрыть ее брезентом так, чтобы края брезента обвисали с краев ванны на 20—30 сантиметров. В середине брезента следует сделать вырез размером 30x30 см. В вырезанное пространство вшить тонкую резинку окружностью равной окружности шеи. В этот вырез лечащемуся следует просунуть голову при принятии ванны. Сенная труха содержит много эфирного масла, сильного лечебного средства против ревматизма. Если ванну не закрывать брезентом, то эфирное масло испарится вместе с паром, выходящим из ванны. Под брезентом эфирное масло впитывается в тело больного через открытые поры.

Многие при лечении данным средством пытаются быть хитрее двух зайцев, они заменяют брезент простыней и поэтому не получают и половины целебного свойства ванны, накрытой брезентом, т. к. простыня пропускает пар.

Вода в ванне должна быть горячей какую больной только может терпеть. Как только вода немного остынет, следует добавлять горячей воды вновь. Следует помнить, что само сено непригодно для данного лечения, непременно должна быть СЕННАЯ ТРУХА. После принятия ванны сенная труха должна выбрасываться. Лучше всего принимать эти целебные ванны поздно вечером, перед сном.

Многие спрашивают: сколько ванн нужно принять. Знахари считают что для застарелого мускульного ревматизма надо принять 30—45 ванн. Для больных в самой острой начальной стадии суставного ревматизма — от 40 до 60 ванн. Дед автора, знаменитый знахарь, и другой прославленный знахарь Данило прописывали и давали больным застарелым суставным ревматизмом до ста и более ванн из сенной трухи. Часто дед лечил этих страдальцев утром и в обед припарками из сенной трухи, а вечером, перед сном, ваннами.

Техника лечения припарками незамысловата: прокипяченную в большом закрытом котле сенную труху (не менее получаса кипячения) лекарь накладывал на больные члены пациента и забинтовывал толстым слоем полос из фланели или шерстяной материи. Через два часа снимал повязку горячего компресса и выбрасывал труху.

В особенно тяжелых случаях суставного ревматизма дед накладывал припарку из трухи после вечерней ванны и больной ложился спать с компрессом из горячей трухи.

Некоторые спрашивают: не могут ли попасть в сено и труху некоторые ядовитые растения? В России, в Сибири, на Дальнем Востоке сенная труха обычно не содержит ядовитых примесей.

Некоторые знахари рекомендуют длительность приема ванны из сенной трухи 1 час, другие — 45 минут, а иные — только 20 мин. Опять же, одни советуют эти ванны каждый день, а другие через день. Видно, в очень тяжелых застарелых случаях ревматизма, особенно суставного, следует применять ванны каждый день, а в менее тяжелых — через день.

Прежде чем применить вышеописанное средство все знахари исследовали сердце больного. Если больной имеет больное сердце, то применение описанного средства считается опасным. Если больной имеет сердечные припадки, то лечение очень горячими ваннами остается невозможным. Людям со слабым сердцем не рекомендуется оставаться в очень горячей ванне больше 15 мин., а иногда 10 мин. Они должны спросить у врача можно ли им применять горячие ванны вообще, и, если да, то в течение скольких минут...

Мой дед и многие знахари необъятной России непременно советовали всем своим пациентам после их лечения от всякого ревматизма, ходить в русскую паровую баню еженедельно и париться, как можно дольше и сильнее, березовым веником.

Все медицинские светила считают, что главное средство при лечении ревматизма — диета, при этом диета чисто вегетарианская. Следует оговориться, что пациенты деда и других знахарей были русские провинциалы и соблюдали не только все большие посты, но и в большинстве своем постились еще все среды и пятницы.

Современникам, забывшим о постах и диетах, следует вспомнить о них, или вместо постов периодически переходить на вегетарианскую диету. Пять или шесть недель вегетарианской диеты (сырые овощи и фрукты) в году предохранят вас от мук всех видов ревматизма и многих других болезней. Каждые два месяца — неделя диеты. Помимо диеты настоятельно необходимо иметь один день в неделю полной голодовки. После 35 лет следует голодать два раза в год по 15—20 дней подряд.

Многие спросят: «Так значит без диеты или поста нельзя надеяться, что лечение сенной трухой будет плодотворно». Автор должен заметить, что при суставном ревматизме диета или пост

необходимы в течение очень длительного времени, может два года, а может и более. В это время, окончив курс лечения сенной трухой (40—60 ванн), следует сделать передышку в 2—3 недели и потом продолжить курс лечения вновь.

Один из многих читателей как-то заметил, что теперь доктора с успехом лечат ревматизм электрическими прогреваниями. Эти прогревания не излечивают ревматизм, а лишь приносят некоторое облегчение страдальцам. Сенная же труха или излечивает болезнь полностью, или лечит на долгий срок.

3. ОДИН ИЗ КИТАЙСКИХ СПОСОБОВ ЛЕЧЕНИЯ РЕВМАТИЗМА

Для приготовления этого средства необходимы следующие вещества:

Сырого корня чемерицы	30г
Александрийского листа	17г
Листа георгина	25г
Имбиря	6г
Финиковых зерен	5 шт.
Воды	3 стакана

Смесь поставить на медленный огонь и уваривать до половины. ***Прием:*** пить два раза в день по одной рюмке.

4. СТАРИННЫЙ РУССКИЙ НАРОДНЫЙ СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ РЕВМАТИЗМА (слабое средство)

Взять 200 граммов соли и 100 граммов сухой горчицы, добавить к ним столько керосина (керосин должен быть хорошей очистки), чтобы получилась смесь вроде сметаны.

Способ лечения: втирать на ночь досуха. Это же самое средство лучше всякого глицерина и кремов помогает смягчению кожи рук.

5. ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЙ СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ РЕВМАТИЗМА

Один, особенно выдающийся лекарь русской народной медицины вылечил нескольких больных столь жестокой формы ревматизма, что врачи официальной медицины не были в состоянии им помочь.

Весной, когда прел навоз, этот знахарь выкапывал в огромной куче горячего навоза яму и помещал туда голого ревматика, забрасывал пустоты вокруг тела больного горячим же навозом. Снаружи оставалась только голова больного. Сеанс лечения длился шесть часов (один сеанс ежедневно). 20—25 сеансов считалось достаточным для

излечения всякого рода ревматизма. Чем дальше в глубь навозной кучи, тем горячее навоз, и чем объемистей навозная куча, тем больше содержит она внутреннего жара. Иногда навоз бывает столь горячим, что с трудом удается продержать в нем кисть руки в течение 15 мин.

Автор лично знал больше дюжины ревматиков, которых этот знаменитый лекарь полностью вылечил. Этот способ верный, но он очень тяжелый. Слабонервный человек может дойти до умопомешательства, ибо жар от навоза нестерпимый и больному кажется, что навоз его зажарит как гуся в печке.

По истечении полутора часов больной чаще всего засыпает мертвецким сном, так что по окончании сеанса его с трудом удается разбудить. Некоторые больные вовсе не спят в течение 3—4 первых сеансов, но потом лечение превращается в ночлежку. Один хорошо знакомый автору старик, излеченный таким способом, говорил, что в течение месяца лечения и месяца два после него он был поглощен тремя занятиями: СПАЛ, СПАЛ, СПАЛ.

В этом способе лечения ревматизма есть одно незыблемое правило: никаких свидетелей и «зевак» возле места лечения не должно быть. Это делается из предосторожности, чтобы какой-нибудь сердобольный ротозей не сжалился над плачущим и взывающим о помощи больным и не освободил его из «инквизиторского навозного капкана».

6. СТАРОЕ, НО ВЕЧНО НОВОЕ СРЕДСТВО ОТ РЕВМАТИЗМА
(Слабое средство)

Надо взять сухого песку с пляжа, нагреть его в духовке на противне. Сильно нагретый таким образом песок следует насыпать в продолговатые мешки (по 4—5 кг). Прикладывать эти мешки с горячим песком к местам, где отмечаются ревматические боли. многим кажется, что главную целебную роль играет температура песка. Это не совсем так. Считается, что главная целебная сила песка заключается в примесях разных металлов и минералов.

7. СТАРИННОЕ СРЕДСТВО ОТ РЕВМАТИЗМА

Взять в аптеке некоторое количество бодяги (водной губки). Растопить одну ложку сливочного масла и смешать до кашицы с бодягой. Смесь втирать в больные места на ночь и завязывать фланелью. Проделать это один раз. Если после этого снова будут чувствоваться боли, то через неделю следует повторить сеанс лечения. Чаще втирать смесь бодяги с маслом нельзя, т. к. появится сыпь от раздражения кожи. При втирании кожа «горит».

8. СРЕДСТВО ОТ РЕВМАТИЗМА ИЗ СТАРИННОГО РУССКОГО ЖУРНАЛА

Следует взять муравьиную кучу со всем его содержимым: муравьями, их яйцами, древесной трухой и пр. Покрыть больные ревматизмом места марлей, сложенной вдвое, и на марлю насыпать все содержимое кучи. Еще лучше, если сшить мешки по форме больных членов (рук, ног), насыпать в эти мешки содержимое муравьиной кучи и завязать мешок возле поясницы. Такие мешки должны оставаться на больных местах от 2 до 3 дней. Необходимо терпеть и стоически переносить укусы муравьев. После снятия мешков с муравьями больному следует дать один день отдыха, а затем продолжить курс лечения до тех пор, пока болезнь не исчезнет совершенно.

Можно также взять бутылку емкостью 0,75 л, набить ее до половины муравьями и долить доверху водкой или спиртом. Следует настоять содержимое бутылки несколько дней в теплом месте. Это средство полезно при старых ревматических болях, простуде с насморком и для того, чтобы вызвать потение. Следует пить эту настойку утром и вечером. Доза: от половины до одной чайной ложки.

Муравьиный спирт, что продается в аптеках, может быть употребляем вместо самодельной настойки, описанной выше.

Примечание: Незыблемое правило: как наружное, так и внутреннее употребление средств, имеющих базой муравьев, должно продолжаться до тех пор, пока наружное употребление не вызовет обильное потение, а внутреннее — красноту кожи и, вдобавок, покрасневшая кожа начнет шелушиться и слезать.

9. ВЫДАЮЩЕЕСЯ МЕКСИКАНСКОЕ СРЕДСТВО ОТ ЗАСТАРЕЛОГО РЕВМАТИЗМА

Многие известные лекари-индейцы Мексики зачастую прибегают к следующему сильному средству лечения ревматизма: следует взять камфоры — 50 граммов, горчицы в порошке — 50 г, спирту — 10 г, сырого яичного белка — 100 г. Налить спирт в чашку, растворить камфору в спирте, всыпать горчицу и растворить ее, затем взболтать и добавить белок, размешав, превратить лекарство в своеобразную помаду (мазь). Эту мазь следует втирать один раз в день вечером перед сном, но следует втирать досуха. Затем намочить и отжать тряпку и обтереть ею подвергшиеся втиранию больные места.

10. ЧУДЕСА ЛЕЧЕНИЯ РЕВМАТИЗМА УКУСАМИ ПЧЕЛ

Русские лекари с незапамятных времен лечили своих пациентов укусами пчел. Врачи официальной медицины Германии, Чехословакии и еще нескольких стран очень недавно стали применять этот способ при лечении тяжелых случаев ревматизма. Техника лечения этим способом

крайне проста. Обыкновенно ловят пчел, берут ее за крылья и садят на больное место. Пчела почти всегда немедленно кусает. Следующий укус производят через сутки после первого на вершок от места первого укуса. Первый день делают укус одной пчелы, следующий — двух, третий — трех и так до пяти. Затем больному дают один-два дня отдыха и производят укусы в обратном порядке, т. е. начинают с пяти и убавляют каждый день по одной пчеле и сходят на нет. Если больной еще чувствует боль, то через неделю повторить курс лечения. После второго курса лечения надо дать больному две недели отдыха перед тем как подвергать его третьему курсу лечения, если это необходимо, что бывает очень редко. Жаль, что в этом лечебнике нет места, чтобы привести перечень случаев жестокого ревматизма, когда не помогали никакие средства, и только при помощи пчел, их укусов, больные были избавлены от недуга.

11. СИБИРСКОЕ ЗНАХАРСКОЕ СРЕДСТВО ОТ РЕВМАТИЗМА

Взять мягкую тряпку достаточно большого размера, чтобы покрыть больное место (руку, ногу и т. д.). Намочить эту тряпку в керосине хорошего качества и приложить к больной части тела. Затем взять толстое полотенце, обмотать им то место, где приложена смоченная керосином тряпка, и закрепить полотенце несколькими английскими булавками.

Через некоторое время больной почувствует, что тело довольно сильно горит под полотенцем. Если это ощущение жжения станет почти нестерпимым для кожи, то полотенце следует слегка ослабить, но совсем не снимать. Держать следует от 30 мин до 2 часов. После снятия полотенца и тряпки, смоченной керосином, место это следует смазать вазелином. Это делается с той целью, чтобы кожа не шелушилась и не облезла.

12. ПОПУЛЯРНОЕ НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ РЕВМАТИЗМА

В бутылку из-под шампанского с хорошей пробкой налить 200 г прованского масла и прибавить туда 10—20 стручков красного перца (в зависимости от желаемой крепости), затем налить туда же 200 г хорошо очищенного керосина. Хорошенько взболтать. Настаивать в теплом месте в течение 9 дней, ежедневно взбалтывая. Этой смесью делать втирания на ночь. Утром следует надевать теплое шерстяное белье и шерстяные чулки.

13. НОВЕЙШЕЕ И ВЕРНЕЙШЕЕ СРЕДСТВО ЛЕЧЕНИЯ ВСЕХ ВИДОВ РЕВМАТИЗМА И В ОСОБЕННОСТИ СУСТАВНОГО

Основная причина всякого ревматизма, по новейшим исследованиям ученых, избыток мочевой кислоты в организме. Эту кислоту дают

организму потребляемые в пищу мясо, рыба, дичь. При лечении ревматизма надо на долгий срок отказаться от мясной пищи и перейти на вегетарианскую диету, главным образом, на сырые овощи и сырые фрукты. При лечении суставного ревматизма следует забыть о мясной пищи на всю жизнь.

Все новейшие виднейшие научные источники по лечению ревматизма неукоснительно рекомендуют начать лечение с фундаментальной очистки организма и обязательного при этом голодания для того, чтобы освободить организм, в особенности кишечник, от накопившихся там ядовитых веществ. После очистки и поста сама природа позаботится о постепенном выздоравливании. Эта очистка организма и голодание обязательны, ибо они необыкновенно скорым делают процесс выздоровления.

Примечание: Люди, страдающие аппендицитом, воспалением пищевых путей или язвой в этой области, подобная чистка не рекомендуется. Этим лицам следует переходить сразу на голодание. Многие ученые, в том числе и американский доктор Вокер, не рекомендуют голодание, длящегося больше шести дней. Лучше голодать неподолгу, но чаще. Многие другие рекомендуют голодать длительное время.

Знаменитый американский доктор Ньюмен рекомендует начинать чистку организма и голодание следующим образом: утром, сразу же после пробуждения, развести одну ложку английской соли в полстакане крутого кипятка (лучше всего для этого пользоваться дистиллированной водой). Добавить туда сок от двух лимонов и долить стакан доверху холодной водой и выпить. Через 20 мин взять стакан морковного сока или сока сельдерея и столько же сока цитрусовых, разбавить полстаканом дистиллированной воды и выпить.

В течение всего последующего дня следует повторять прием сока с дистиллированной водой каждые полчаса. В течение чистки не следует принимать какой бы то ни было пищи, хотя, если голод чувствуется сильно, можно съесть один апельсин вечером. Иногда в связи с чисткой и голоданием будет чувствоваться головная боль, тошнота и слабость. Не следует обращать на это внимания и следует твердо помнить, что это явление временное, и оно скоро пройдет.

Голодание. После одних суток чистки организма следует переходить на голодание. В течение от одного до пяти дней следует принимать только одни фруктовые или овощные соки.

Один день в неделю полного голодания рекомендуется всем здоровым и больным, чтобы дать возможность природе очистить организм от ядовитых веществ, могущих впоследствии послужить причиной возникновения той или иной болезни.

Для тех, кто не может быть подвергнут чистке по причинам, упомянутым выше, следует принять естественное слабительное вечером, накануне поста.

В промежутках между постами или голоданиями следует питаться,

главным образом, салатами и сырыми всех разновидностей овощами и фруктами с чрезвычайно малыми количествами такой пищи, как молоко, сыр, яйца, рыба и мясо. Пищевые продукты высококислотного характера, которые должны быть совершенно исключены из диеты, следующие: все продукты, содержащие сахар и белую муку, варенья, конфеты, уксус, приправы, сдобренные перцем и пр., алкогольные напитки, крепкий чай, кофе или какао, заготовленная на долгий срок пища, жареная и жирная птица.

Чистка организма по д-ру Вокеру: накануне начала голодания, вечером, перед сном, следует выпить стакан слабительного.

Слабительное готовится на минеральной воде типа боржоми и смеси английской и глауберовой солей (50 г на 1 литр). После приема слабительного (если больной не спит) надо принимать каждые полчаса стакан апельсинового сока с примесью лимонного сока в течение суток и ничего больше не есть.

Добавим, что при лечении тяжелой формы ревматизма всех видов, в особенности, суставного, диета играет важнейшую роль. Огромную роль играют солнечные ванны, а также паровая русская и финская бани, непременно с паром и веником. Парить больные места надо как можно сильнее и дольше.

14—15. ДВА ВЫДАЮЩИХСЯ СРЕДСТВА ОТ ГЕМОРРОЯ

А. Цветы коровяка следует заваривать и пить как чай. Кровотечение останавливается через два-три дня, и еще через несколько дней болезнь исчезает совершенно.

Б. Вскипятить в кастрюле два литра воды, растворить в этом кипятке 200 г квасцов. Закрыть кастрюлю желательно деревянной крышкой. В центре крышки должно быть отверстие около 5 см в диаметре. Над этим отверстием прогревать задний проход до тех пор, пока из кастрюли выходит пар. После этого сеанса следует непременно смазать задний проход внутри и снаружи вазелином. Обязательно принять слабительное. Некоторые врачи советуют сначала принять слабительное и очистить кишечник, а затем делать прогревание заднего прохода парами квасцов. Прогревание следует делать не чаще одного раза в неделю. Двух или трех прогреваний вполне достаточно.

Хотя в лечебнике и приводится много рецептов от геморроя, однако следует начинать с лечения по рецептам 14—15, т. е. соединять лечение парами квасцов с питьем чая из сушенных цветов коровяка.

16. СТАРИННОЕ РУССКОЕ СРЕДСТВО ОТ ГЕМОРРОЯ

Взять 200 г спорыньи и, мелко искрошив, опустить в 2-литровый бутыль, долить водкой или разведенным аптекарским спиртом

...крепости. Эту смесь настаивать в теплом месте. Температура должна быть выше комнатной.

Доза: пить два раза в день по рюмке перед едой. Настаивать не меньше недели.

17. ЗНАМЕНИТЫЙ ЧАЙ ПРОТИВ ГЕМОРРОЯ

Геморройный чай есть не что иное как ПОЧЕЧУЙНАЯ ТРАВА. Народное название геморроя — почечуй. Следует заваривать эту траву как чай и пить его как чай несколько раз в день. Название этой травы по латыни Полигониум Персикария.

18. СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ ГЕМОРРОЯ ОСИНОВЫМИ ЛИСТЬЯМИ

В центральных губерниях России старухи лечили геморрой осиновыми листьями. Всем известно дерево, на котором, по преданию, повесился Иуда. От этого будто бы осина и стала горькой. Старухи накладывали осиновые листья на геморройные шишки, оставляя их на два часа. Потом давали больному отдых и, в зависимости от давности геморроя, здоровья и возраста больного, снова накладывали свежие листья осины, зорко следя за тем, как протекает лечение.

Если больной приходит в беспокойное состояние, листья снимают и осторожно промывают место. Больному дают передохнуть. Через день-два можно снова наложить листья на шишки. С уменьшением шишки следует все реже и реже пользоваться листьями осины, постепенно переходя лишь к обмыванию водой.

Геморрой — болезнь распространенная. Она возникает как от простуды, так и от сидячей жизни. У женщин он часто является следствием родов.

Хотя геморрой и удаляется операционным путем, но зачастую через некоторое время он появляется вновь. Настоящее средство, как последующее за ним, способны предотвратить возращение геморроя. Если же он, сверх ожидания, и возвратится, то лишь много лет спустя.

19. ДВА ВЫДАЮЩИХСЯ ПЕРСИДСКИХ СРЕДСТВА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ГЕМОРРОЯ

Это дымная сидячая ванна из верблюжьей колючки или чеснока. Взять невысокий металлический бидон, на дно его положить сильно разогретый на огне кирпич и на этот кирпич насыпать колючку или мелко нарезанный чеснок. Когда начнет дымить и гореть, нужно сесть на бидон, чтобы получить дымовую ванну. Продолжать по мере надобности.

Персы с успехом пользовались этим способом лечения геморроя.

20. ХОРОШЕЕ СИБИРСКОЕ И ОБЩЕРУССКОЕ СРЕДСТВО ЛЕЧЕНИЯ ВНУТРЕННЕГО И НАРУЖНОГО ГЕМОРРОЯ

Это сок свежей рябины. Если сок этот пить весьма продолжительное время, то «откроется» даже внутренний геморрой. Этот сок действует лучше, чем слабительное. Следует пить этот сок три раза в день по две рюмки с добавлением сахара и запивать стаканом воды.

21. ЗАМЕЧАТЕЛЬНОЕ СРЕДСТВО ОТ МАЛЯРИИ

Настоять кору ивы и несколько дней подряд пить утром натощак чай из этой коры. Для этого нужно взять хорошую щепоть коры и закипятить в полутора чашках воды до тех пор, пока не останется одна чашка отвара. Можно прибавить меда, т. к. отвар горький.

Следует заметить, что при сильных приступах малярии в дополнение к пользованию отваром ивовой коры рекомендуется еще положить под тонкую простыню много листьев ивового дерева и на этом спать.

22. ВЫДАЮЩЕЕ СРЕДСТВО СИБИРСКИХ ЗНАХАРЕЙ ОТ МАЛЯРИИ

Знакомая автора, пожилая дама, сообщила нижеследующий способ лечения малярии.

Знахарка затопила русскую печь, принесла из огорода стеблей подсолнечника и изрезала их на мелкие кусочки (гораздо лучше достигается результат, если прошлогодний стебель подсолнечника смешать в равной пропорции со стеблем свежего подсолнечника). Затем взяла бутылку вина и налила в нее водки до половины. Потом стебли подсолнечника, кусочек за кусочком, натолкала в бутылку пока уровень водки не поднялся почти до горлышка. Вместо пробки бутылку заклеила кусочком теста.

Когда печь протопилась и был испечен хлеб, знахарка взяла большую корчагу, наполнила ее доверху отрубями и всунула бутылку с подсолнечными стеблями в самый центр отрубей в корчаге и замазала верхнее отверстие корчаги большим куском теста. Корчага была поставлена в печь на 5 часов (замазывание отверстия бутылки и корчаги тестом предохраняет бутылку с настойкой от излишнего перегрева и взрыва, а отруби — от воспламенения, позволяя, в то же время, настойке нагреться до рекордного градуса.

Через пять часов корчага была вынута из печи и поставлена на печь, на горячие кирпичи до следующего утра. Вышеописанный процесс нагревания корчаги с бутылкой настойки был повторен знахаркой в течение еще трех дней. После этого корчага стояла на печи еще 2 дня. Через 6 дней бутылка была вынута из отрубей в корчаге и поставлена в шкаф. Настойка для лечения малярии была совершенно готова. На следующий день утром знахарка заставила больную быстрыми шагами прогуляться до околицы села и вернуться назад. Расстояние до

околицы и обратно было больше версты. Когда больная пришла от такого моциона уставшая и раскрасневшаяся, знахарка дала ей выпить одну стопку настойки, затем уложила больную в постель и очень тепло укутала. Вскоре девушка уснула, долго спала и изрядно пропотела. Эта процедура утреннего моциона была повторена в течение недели (конечно, стопка настойки и сон в теплой постели следовали за моционом). После приема настойки больная обычно спала час-два, а затем поднималась и была на ногах. Таким образом больная была вылечена в течение недели.

23. ТУБЕРКУЛЕЗ И ЕГО ЛЕЧЕНИЕ. КАК ЛЕЧАТ ЧАХОТКУ В КИТАЕ

С этим бичом человечества в Китае борются довольно простым способом. Больных лечат толченными медведками. Для этого китайцы ловят медведок, сушат их, затем толкут в ступе или растирают в мелкий порошок между камнями. Полученный таким образом порошок смешивают с каким-нибудь сиропом. Определенной дозировки нет, все делается по личному усмотрению каждого. Приблизительно берут три столовые ложки на прием, запивая лекарство теплой водой. Время приема также не установлено. Пьют, когда возможно или 2—3 раза в день ежедневно в течении 2-х дней. Обычно через 2—3 дня у больного появляется острый аппетит и он начинает быстро поправляться.

В чем же дело?

Многие врачи заинтересовались этим способом лечения и в Парижском Пастеровском институте был произведен ряд опытов над медведками. Насекомым вспрыскивали большие дозы туберкулезных палочек (открытые в 1880 году немецким ученым Кохом), выбирая особенно вирулентные формы культуры. Оказалось, что насекомые не испытывали никакого вреда, а коховские палочки, попав в организм медведки, быстро погибали.

Микроскопические исследования установили, что белые тельца (лейкоциты), входящие в состав крови медведки, устремляются к бациллам и в течение 30—40 мин окончательно их обволакивают и растворяют. Через 1—2 дня после вспрыскивания культуры в брюшную полость медведки, можно найти множество мелких капсул. Это скопление лейкоцитов, растворивших коховские палочки и образовавших затвердения. Лейкоциты встречаются в крови всех насекомых, но только медведки способны растворить коховские палочки. Китайцы об этом знали 1000 лет назад и успешно пользовались этим драгоценным свойством медведки.

24. СРЕДСТВО РУССКИХ ДЕРЕВЕНСКИХ ЛЕКАРЕЙ ОТ ЧАХОТКИ

Это лекарство составляется из следующих веществ:

Липового меда 1 кг 200 г

Мелко нарубленного алоэ	1 стакан
Прованского масла	100 г
Березовых почек	50 г
Липового цвета	20 г
Воды	2 стакана

Способ приготовления лекарства: растопить мед в кастрюле, потом добавить к меду алоэ и смесь хорошо проварить. Отдельно, в двух стаканах воды заварить березовые почки и липовый цвет, кипятить 1—2 мин. Когда мед остынет, выжав из березовых почек и липового цвета сок, залить его в мед. Смесь разлить в бутылки, добавив в каждую поровну прованского масла. Перед употреблением взбалтывать.

Доза: по 1 столовой ложке три раза в день.

25. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ПРОТИВ МАЛОКРОВИЯ, НАЧАЛЬНОЙ СТАДИИ ЧАХОТКИ И ИСТОЩЕНИЯ

Берут в равных частях, приблизительно по 200 г хорошего какао, внутреннее свиное сало (вытопить дома, чтобы топленого получилось тоже 200 г), мед и сливочное масло. Все это положить в алюминиевую кастрюлю и распустить на медленном огне, все время помешивая содержимое кастрюли ложкой, чтобы оно не пригорело. Мешать надо до тех пор, пока состав не распустится и не станет кипеть. Тогда нужно снять кастрюлю с огня и дать смеси остыть. Когда состав остынет, сложить его в стеклянную банку, хранить в прохладном месте (темном).

Способ употребления: чайную ложку смеси распустить в стакане горячего молока как можно только терпеть, не обжигаясь. Пить 3—4 раза в день, иногда меньше, в зависимости от истощения человека. Это средство хорошо помогает малокровным, а также чахоточным в первой стадии их болезни.

Если при пользовании данным средством будут наблюдаться запоры, следует есть много чернослива в разное время дня. Это необходимо, главным образом потому, что свиное сало — пища тяжелая, а чернослив действует как естественное слабительное. Не только чернослив, но всякие фрукты, соки и смеси из фруктов обладают способностью естественно и безболезненно исправлять и очищать желудок. Врачи советуют прибегать к аптекарским слабительным средствам лишь в крайних случаях, не делая из этого привычки.

26. НЕЗАМЕНИМОЕ СРЕДСТВО ОТ ИСТОЩЕНИЯ, МАЛОКРОВИЯ И НАЧАЛЬНОЙ СТАДИИ ЧАХОТКИ

Взять 400 г внутреннего свиного сала и 6 зеленых яблок. С яблок кожуру не снимать, а резать яблоко кусочками. Перемешав смесь, топить ее в духовке, чтобы не пригорела. Затем взять 14 яичных желтков, растереть их добела с одним стаканом сахара, добавить 400 г

измельченного на терке шоколада. Протереть через сито сало с яблоками и смешать со смесью желтков с сахаром и шоколада. Дать смеси остыть. Полученный продукт намазывать на хлеб, употребляя его с каждой едой 3—4 раза в день и обязательно запивая горячим молоком. Пользующийся этим средством прибавляет в весе до 1 кг в неделю. Почти все лекари русской народной медицины пользовались этим редкостным средством и с успехом.

27—32. СЕМЬ ОТЛИЧНЫХ ЗНАХАРСКИХ СРЕДСТВ ОТ ЧАХОТКИ

А. Взять овес или ячмень и насыпать 2/3 кастрюли, залить молоком на 2 пальца ниже верхнего края кастрюли. Добавить свиного смальца. Закрыть крышку и поставить в духовку. Доливать молоко пока овес (ячмень) не разварится. Пить по одной рюмке 3 раза в день. Молоко должно быть свежее, не пастеризованное.

Б. Взять стебли и листья пустырника и корни цикория обыкновенного. Эти две травы заварить и пить как чай 3 раза в день по стакану. Через 9 недель наступает полное излечение. Легкие зарубцуются и очистятся от гноя. Этим средством лечатся горцы Кавказа и очень успешно.

В. На бутылку вина 4 стебля алоэ и настаивать 4 дня. *Доза:* 4 раза в день по 1 рюмке.

Г. Налить в кастрюлю 100 г воды, 300 г меда и лист мелко нарезанного алоэ. Варить на очень медленном огне 2 часа. *Доза:* 1 столовая ложка 3 раза в день.

Д. Взять 400 г сахарной патоки (желтого цвета), 200 г алоэ, 50 г канифоли. Листья алоэ нарезать кусочками по 4 см длиной, канифоль растолочь в ступке, положить все компоненты в глиняный горшок, накрыть крышкой из пузыря и поставить в духовку или хлебопекарную печь на ночь. Получится густая, как мед, масса. Процедить через сито.

Доза: по 1 чайной ложке 3 раза в день за час до еды. Хватит на месяц. Сделать перерыв на неделю и повторить.

Е. Лекари часто советуют при туберкулезе усиленное питание: смалец, молоко, яйца, сало. Необходимые условия: 1. Усиленное питание и покой, отдых, лежание. 2. Чистый воздух и днем и ночью. 3. Полное душевное спокойствие, никаких волнений, забот, опасений. Пищу принимать каждые 2—3 часа.

33. ЧУДЕСА ЗНАХАРСКОГО ЛЕЧЕНИЯ ТУБЕРКУЛЕЗА

Средство, применяемое лекарями Сибири — это сосновые шишки, настоянные на водке. Анализ, проведенный для изучения целебных свойств сосновых шишек, показал большое содержание креазота, обладающего феноменальными целебными свойствами. В те далекие времена врачи совершенно ничего не знали о витаминах. Случись это теперь, то врачи приписали бы чудесное исцеление больных за счет наличия в шишках сосны большого количества витамина С.

34. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ МАЛОКРОВИЯ

Очень многие лекари придерживаются того мнения, что чеснок — лучшее средство для лечения склероза и малокровия. Однако не каждый человек может есть чеснок. Таким больным очень рекомендуется описываемая ниже настойка чеснока.

Очистить и вымыть 300 г чеснока. Положить этот чеснок в поллитровую бутылку, залить чистым спиртом и настаивать три недели.

Доза: 20 капель настойки на полстакана молока 3 раза в день.

35. ЗНАХАРСКОЕ СРЕДСТВО ОТ БОЛЕЗНЕЙ ПОЧЕК, ЖЕЛУДКА И МАЛОКРОВИЯ, ПОВСЕДНЕВНЫЙ НАПИТОК ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВО МНОГИХ ДОМАХ

Таким напитком является отвар шиповника, который необходим для здоровья и долголетия, а также в целях предохранения от болезней. Этот напиток очень богат витамином С.

Две ложки с верхом сушенного шиповника на стакан кипятка. Шиповник заваривают как чай и пьют три раза в день после еды.

Многие говорят: «Если хотите быть здоровыми, пейте настойку шиповника». Шиповник является средством против малокровия, цинги и для лучшего обмена веществ.

36. ОРИГИНАЛЬНОЕ СРЕДСТВО ОТ МАЛОКРОВИЯ

Набить литровую бутылку полынью. Полынь должна быть майского сбора. Она отличается наибольшей силой. Залить полынь водкой или разведенным аптекарским спиртом. Настаивать 21 день в сухом, полутемном или темном месте (температура должна быть несколько выше комнатной).

Доза: капля настойки на один наперсток воды. Пить по утрам натощак 1 раз в день. Принимать лекарство 3 недели. Если малокровие в острой форме, то после трех недель сделать перерыв на две недели, а затем снова возобновить прием лекарства еще на 3 недели.

37. ЛЕЧЕНИЕ БРОНХИТА ИСЛАНДСКИМ МХОМ

Взять эмалированную кастрюлю (алюминевая не годится), не годится и с потрескавшейся эмалью), налить в нее стакан молока и положить туда столовую ложку (вровень в с краями) мелко накрошенного исландского мха. Смесь подвергнуть кипячению, накрыв кастрюлю тарелкой (ни в коем случае алюминиевой крышкой). После кипячения молоко процедить, мох выбросить. Затем этот отвар подогреть снова, закрыв кастрюлю тарелкой. Пить лекарство как можно более горячим, но не обжигать губ и горла. Это надо делать только на ночь, перед отходом ко сну. Беречься сквозняка.

38. ДРУГОЕ НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ БРОНХИТА

Это средство считается менее сильным предыдущего. Все в этом рецепте остается таким же, как в предыдущем, но вместо исландского мха берется шалфей в таком же количестве. Следует брать листовой шалфей.

39. ИСПЫТАННОЕ СРЕДСТВО ОТ БРОНХИТА И БОЛЕЙ В ГРУДИ

Растопить некоторое количество внутреннего свиного сала на медленном огне в кастрюле, смешать с медицинским скипидаром и пить.

Доза: чайная ложка медицинского скипидара на стакан топленого свиного сала. При приеме лекарства смесь должна быть горячей настолько, чтобы можно было пить не обжигаясь. Пить весь стакан без передышки на ночь перед сном. А при начале лечения еще и утром за час до еды.

40. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ ЖЕСТОКОЙ ПРОСТУДЫ

Пропитать шерстяную ткань уксусом, прованским маслом и камфорой, приложить ее к груди на ночь. Положите на шею сзади компресс из натертого на терке хрена.

Наполните длинные шерстяные чулки горячей мякиной и наденьте их на ноги больного. Это очень испытанное средство.

Лекари и сибирские крестьяне зачастую врачуют жестокую простуду простым старинным средством — в чулки насыпают сухой горчичный порошок и не снимают их несколько дней.

41. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ СУХОГО КАШЛЯ

Вскипятить 60 г корней перца на 0,5 литра белого виноградного вина. Процедить и пить все в горячем виде 3 раза в день. В дополнение к этому средству надо взять большую луковицу, натереть ее на терке и смешать с гусиным салом. Втирать эту смесь в грудь и переднюю часть шеи. Втирать вечером, перед сном. Больной должен также перед сном съедать одну столовую ложку смеси лука с гусиным салом каждое утро.

42. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ НАСМОРКА

Хорошо помогает при насморке промывание носа чистой водой. Воду комнатной температуры влить в горсть руки и втягивая поочередно то одной, то другой ноздрей, чтобы вода проходила в рот. При всех способах лечения насморка не следует забывать, что насморк в большинстве случаев, является проявлением инфекционной болезни — гриппа. Поэтому при лечении насморка тем или иным

способом, необходимо брать чистый носовой платок, чтобы после лечения не произошло самозаражения.

43. СТАРИННЫЙ ЗНАХАРСКИЙ СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ НАСМОРКА

Немедленно после начала насморка сделать горчичники, приложив их к пяткам и забинтовав фланелью. Затем следует надеть теплые шерстяные носки и держать горчичники так долго, сколько возможно (обыкновенно от часа до 2-х). Затем снять горчичники и быстро ходить некоторое время. Лучше применять описанное средство вечером перед сном. Насморк прекратится на рассвете.

44—45. ДВА ДЕРЕВЕНСКИХ СЛАБЫХ СРЕДСТВА ОТ НАСМОРКА

А. Положить пшеничный или ржаной сухарь или сухой кусок хлеба на горячую плиту, и когда сухарь начнет гореть, вдыхать дым от горящего сухаря через ноздри в течение 2—3 минут. В течение дня процедуру можно повторять несколько раз и, как утверждают многие, насморк пройдет очень скоро.

Б. Зажечь несколько мелких тряпок (но не шерстяных) и вдыхать дым от горящих тряпок через нос. Многие утверждают, что и этот способ действенен.

46. ЗНАХАРСКОЕ СРЕДСТВО ОТ БРОНХИТА И КАШЛЯ У ДЕТЕЙ

Изрезать черную редьку мелкими кубиками, положить в кастрюлю и засыпать сахаром. Печь в духовке в течение 2 часов. Процедить, кусочки редьки выбросить, а жидкость слить в бутылку.

Доза: 2 чайные ложки 3—4 раза в день перед едой и на ночь перед сном.

47. НАДЕЖНОЕ СРЕДСТВО ОТ КОКЛЮША У ДЕТЕЙ

Пять зубков чеснока средней величины истолочь и прокипятить в стакане пастеризованного молока и давать пить детям по нескольку раз в день.

48—50. СТАРИННОЕ ОТХАРКИВАЮЩЕЕ СРЕДСТВО

А. Для облегчения отделения мокроты полезно принимать сироп из брусничного сока с медом. Этот сироп надо принимать довольно часто по одной столовой ложке на прием. Во время лечения этим средством полезно пить вместо воды или чая отвар из лесной клубники.

Очень рекомендуется от кашля с «удушьем» у детей следующее средство: растворить 10 гран кошенили, 20 гран виннокаменной кислоты и аптекарскую унцию сахара в 6 унциях горячей воды: по одной чайной ложке 3 раза в день. Описанное лекарство известно как

обыкновенно высокоцелебное и излечивающее все случаи кашля с «удушьем» у детей. Точно установлено, что это средство всегда вылечивало от кашля и останавливало кашель после кори.

Б. Ниже отписанное средство очень полезно при лечении застарелого сухого кашля. Взять тряпку величиной с ладонь взрослого человека, обильно смазать ее сапожным варом и приклеить к спине между лопатками, менять тряпку с варом каждые 2—3 дня.

В. Весьма полезны от кашля следующие порошки: взять унцию порошка солодового корня, пол унции порошка укропа и две унции сахара. Доза для взрослых — половина чайной ложки, для детей — немножко на острие ножа два раза в день.

51—52. ДВА ХОРОШИХ СРЕДСТВА ОТ ПОДАГРЫ

Подагра — болезнь романтического свойства и происхождения. Обычно боли фиксируются на большом пальце ноги. Не рекомендуется лечить болезнь во время приступа, а надо дать острому моменту боли пройти.

А. Самым лучшим способом лечения подагры считаются укусы пчелы. Один немецкий пивовар страдал настолько тяжелой формой подагры, что был прикован к постели в течение 5 дней. После 7 укусов пчел он навсегда избавился от болезни.

Б. Очень рекомендуется многими знахарями такой способ лечения подагры:

Растопить толику свежего несоленого сливочного масла над огнем. Когда масло начнет закипать, надо снять пену и добавить столько же винного спирту. Затем зажечь эту смесь и дать всему спирту выгореть. Оставшаяся масса — лучшее целебное средство от подагры, но при условии, что втирание в пораженные подагрой места будут производиться вблизи жаркого огня: камина, костра, печки и др.

53. ЗНАХАРСКИЕ СРЕДСТВА ОТ ЗАПОРА

Всевозможных средств от запора тысячи, но самое лучшее и единственное средство от запора — ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ И ПРАВИЛЬНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ. И тем не менее, несколько рецептов:

Страдающим запорами знахари советуют пить воду, в которой долго варились сливы или овес.

Ужин должен состоять из нескольких вареных и сочных овощей, салата из зеленых лиственных овощей или творога, или мяса, или продуктов, заменяющих мясо — рыбы, яиц, орехов.

ЧРЕЗВЫЧАЙНО ВАЖНО, ЧТОБЫ ПИЩА ПЕРЕЖЕВЫВАЛАСЬ ОЧЕНЬ ТЩАТЕЛЬНО.

Свекловичный, а также шпинатовый соки весьма слабительные. Эти соки нужно смешивать с морковным и сельдерейным соками и пить

много раз в течение дня. Иногда сок сельдерея является именно тем, что требуется для прекращения запоров.

54—58. НЕСКОЛЬКО ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫХ ЗНАХАРСКИХ СРЕДСТВ ОТ РАН И ПОРЕЗОВ

А. Разрезать кусочек листа алоэ и приложить одну из половинок к ране или порезу. Прикладывать нужно резаной стороной. Через 5—6 часов рана уже «схватится»...

Б. С незапамятных времен нижеописываемое средство считается на Кавказе наилучшим от ран и порезов. Промыть рану и приложить настойку крапивы на спирту.

Способ приготовления настойки: Набить литровую бутылку доверху листьями свежей крапивы и залить спиртом, заткнуть пробкой и настаивать на солнце 2 недели. Лучи солнца проникнут через стекло и окажут полезное действие на настойку.

В. Нижеприведенное средство считается одним из лучших лекарств, которое создано русскими знахарями за много столетий. Надо взять:

100 г прованского масла,
8 г желтого воска,
5 г белого воска,
20 г сосновой смолы (канифоли),
1 г ладана,
1 ст. ложку несоленого свежего сливочного масла.

Если канифоль и ладан в кусочках, то их следует растереть в мелкий порошок. Положить все в кастрюлю и кипятить 10 минут, помешивая и снимая пену, которая появляется на поверхности. Сложить все в стеклянную банку. Намазывать эту мазь тонким слоем на марлю или тряпочку и прикладывать эту смесь к ране или порезу. Известно, что эта мазь излечивает все раны и порезы, даже очень запущенные и старые, за исключением ран сифилитического происхождения.

Г. Нижеописываемое средство знахари считают одним из лучших. Взять одну столовую ложку конского или бараньего жира и половину столовой ложки соли, добавить столовую ложку хорошо измельченного лука (лук должен быть старым), сложить все в крепкую посуду и измельчить в порошок. Взять количество этой мази величиной с орех (это для довольно значительной раны), вложить внутрь и обмазать снаружи раны. Затем наложить повязку и держать ее около 24 часов. После первого применения этого средства больной почувствует сильную боль, потому что лекарство будет въедаться в рану и вытягивать из нее грязь. Боль уменьшится после применения мази во второй и третий раз, а с четвертым и пятым и вовсе прекратится, и чаще всего к этому времени рана уже будет затягиваться.

Д. Взять две части прованского масла (деревянного), одну часть

чистого пчелиного воска (деревянное масло в данном случае будет лучше). Хорошо вскипятить эту смесь. Получится состав вроде масла. Рану промыть перед наложением этой мази. Наложив мазь на рану, ее нужно завязать, если это требуется.

Е. Нижеследующее русское средство было напечатано даже в одной американской газете и воспроизводится дословно: Вы можете зажимать ноздри и шарахаться в сторону от «приятного» запаха смеси лука и чеснока, однако, установлено, что эта паста из лука и чеснока — хорошее средство для заживления ран. Но паста эта должна быть очень свежей, чтобы быть эффективной.

Ж. Это средство весьма действенно от больших и малых болячек, парши и пр. Смешать толику внутреннего свиного сала с толикой пшеничной муки. Хорошо смешать и жарить на сковороде. Затем добавить молока и кипятить пока состав не станет похож на пасту. Намазать толстый слой этой мази на чистую тряпку и приложить к больному месту. Держать повязку в течение 10 часов. Уже после 3—4 часов больной почувствует облегчение, независимо от того, как сильно он страдал до лечения.

58. ЛУЧШЕЕ В МИРЕ СРЕДСТВО ОТ КАМНЕЙ В ЖЕЛЧНОМ ПУЗЫРЕ

Д-р Вокер и его помощники лечили больного следующим образом: после нескольких клизм и очистки желудка больной был подвергнут голоданию. За все время голодания он выпивал 10—12 стаканов горячей воды в день и в каждый стакан был добавлен сок свежего лимона. Помимо этого больной пил морковный сок, смешанный со свекольным и огуречным.

Доза: полстакана каждые 2 часа в течение 2 дней, т. к. вскипяченная смесь будет довольно густой, перед приемом ее следует разбавить водой. Если средство окажется неприятным на вкус, добавлять лимонного сока.

59. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО, ПРИМЕНЯЕМОЕ ПРИ БОЛЕЗНИ ПЕЧЕНИ

Для успешного лечения печени есть народное русское средство — кукурузные рыльца. Когда срывают обертку с початка, то под ним обнаруживается много волокон. Это и есть кукурузные рыльца. Их заваривают и пьют как чай. Время лечения — полгода. Для того, чтобы лечение было успешным, кукурузный початок должен быть спелым. Рыльца неспелого початка не дают лечебного эффекта, не обладают целебной силой.

60. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ КОЛИТА

Колитами страдают многие. Следующее народное средство зачастую излечивает эту жестокую болезнь.

Заваривать в стакане кипятка по одной чайной ложке травы золототысячника, шалфея и ромашки. Пить по одной столовой ложке каждые 2 часа, примерно, семь-восемь раз в день, в зависимости от того, сколько человек не спит. По истечении некоторого времени (обычно от 1 до 3 месяцев) дозу сокращают, а промежуток между приемом лекарства удлиняется. Лекарство это считается безвредным, а потому им можно лечится долгое время, к тому же и болезнь эта чрезвычайно серьезная и требует весьма продолжительного лечения. Больным колитом врачи предписывают длительную и строгую диету. Вышеописанное средство не отменяет диету, а действует рука об руку с ней. Разница лишь в том, что время, потребное для полного излечения колита, много сокращается при пользовании данным средством.

61. СРЕДСТВО ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ

Во многих местах побережья Дальнего Востока изобилуют водоросли, которые называются «морская капуста». Целительные свойства этих водорослей были издавна известны китайцам. Они часто употребляли морскую капусту в пищу как в свежем, так и в сушеном виде.

Морская капуста — прекрасное средство, способствующее обмену веществ в теле человека. Морская капуста является составной частью лекарств, изготовляемых китайскими фармацевтами.

62. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ ОРГАНИЗМА

Для очищения организма русские лекари зачастую советуют своим больным принимать полевой хвощ. Высушенный и мелко нарезанный полевой хвощ заваривают и пьют как чай.

63. СРЕДСТВО ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ И ОБНОВЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА

Вместо чая в Парагвае пьют напиток, приготовленный из растения мате. Напиток обладает удивительным свойством обновления организма и придает человеку бодрость и живость. После употребления мате, если это делается впервые, человек чувствует необыкновенный прилив сил, энергии и жизнерадостности.

Листья мате подвергают либо естественной сушке, либо огневой, крошат на мелкие кусочки и заваривают чай. «Мате» в переводе означает «край чайной чашки». Мате имеет свойство заглушать чувство голода до такой степени, что уроженцы Бразилии, степные пастухи, в течение нескольких дней обходятся без твердой пищи, не испытывая вредных последствий от подобного воздержания. Чай мате обладает питательностью и представляет бесценное лекарство для тех, кто страдает от физического и умственного напряжения и переутомления. Химический анализ показывает, что в состав мате входит кальций, магний, железо и др. микроэлементы, витамин С.

Мате помогает страдающим от полового бессилия, а также служит средством для лечения малярии. Он помогает пищеварению, не причиняя вреда сердцу и не нарушая сна, равным образом способствует отходу пищи и мочи. Чай мате представляет собой лучшее лекарство от обмороков. И наконец, мате — приятный и вкусный напиток.

64. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ ОТРЫЖКИ

Есть люди, которые много бы дали, чтобы избавиться от отрыжки, в особенности, которая появляется после еды.

В русской народной медицине есть простое средство — это козье молоко.

Если ежедневно пить один стакан козьего молока утром, в обед и вечером, то в конце третьего месяца такого лечения исчезнет даже самая маленькая отрыжка. Будучи однажды излеченной, отрыжка почти не возвращается.

65. ХОРОШЕЕ СРЕДСТВО ОТ МУЧИТЕЛЬНОЙ И НЕПРАВИЛЬНОЙ МЕНСТРУАЦИИ

Это средство может быть приобретено в любой аптеке. Таким средством является полевой хвощ. Заваривать одну ложку полевого хвоща на чайник воды.

Прием: если менструации особенно сильны, пить одну столовую ложку отвара через каждые два часа. Когда истечение начнет стихать, принимать отвар 3 раза в день по столовой ложке.

66. КИТАЙСКО-ЯПОНСКОЕ СРЕДСТВО ОТ ОБИЛЬНЫХ И БОЛЕЗНЕННЫХ МЕНСТРУАЦИЙ

В Китае и Японии с древнейших времен женщины пользовались так называемым чернобыльником.

Берут свежий или высушенный корень, режут его на мелкие части и приготавливают отвар. Лекарство пьют по полчашке 2—3 раза в день, в зависимости от болезненности и необычности менструаций. На десять чашек воды берется приблизительно от 4 до 5 корешков.

67—68. СРЕДСТВА ДЛЯ УДАЛЕНИЯ ПЕРХОТИ

Перхоть безболезненна, но неприятна. В каждой местности от нее избавляются своим способом.

А. Собирают траву марь цельнолистую. Траву после сбора (обязательно в сухие дни июня-июля) тщательно высушивают где-нибудь под крышей сарая или лучше на чердаке. Далее, траву толкут в ступе и смешивают с топленым коровьим маслом, так, чтобы образовалась мазь. Ею намазывают голову и повязывают платком. Смазывают 1 раз в день. Через день-два промыть голову теплой водой. Если на голове много волос, промывку следует делать с мылом, но употреблять мыла нужно как можно меньше.

Б. Берут траву черноголовник обыкновенный и делают из него отвар. Этим отваром в теплом виде моют голову 2—3 раза в день. После мытья голову досуха не вытирают, оставляя ее влажной.

69. СРЕДСТВО ОТ ПЕРХОТИ ДЛЯ СУХИХ ВОЛОС

Для приготовления этого средства берут следующие вещества:

Хинной корки	10 г
Винного спирта	100 г
Розового масла	2—3 капли
Касторового масла	1 чайную ложку

Состав втирается в кожу головы один раз в день. Лечение продолжается до исчезновения перхоти.

70. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ ПЕРХОТИ И ДЛЯ РАЩЕНИЯ ВОЛОС

Взять корни репейника, положить в котелок с водой. Кипятить до увара, чтобы корни потомились, а вода немного выкипела. Отвар остудить, процедить через марлю, корни выбросить. (Корни репейника при их заготовлении надо выморозить. В таком виде они годны до нового сбора. В тепле они загнивают). Этим отваром смачивают голову каждый день, что ведет к смягчению волос. Перхоть уничтожается и волосы довольно быстро растут.

71. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ СМЯГЧЕНИЯ КОЖИ ЛИЦА

В народе это средство называется «огуречной водой».

Нарезав огурцы на ломтики, сложить в бутыль и залить хорошо очищенной водкой или разбавленным спиртом. Выставить на две недели на солнце. После этого огуречная вода готова. Ее употребляют неразбавленной, смачивая в ней полотенце и обтирая им лицо. Огуречная вода считается лучшим народным средством для смягчения кожи лица.

72. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ ВЫПАДЕНИЯ ВОЛОС

Втирать луковичный сок с коньяком и отваром корней репейника. Очень хорошее средство. На одну часть коньяка 4 части луковичного сока и 6 частей отвара репейника.

73. МАСКА ДЛЯ ЛИЦА

Один сырой яичный желток, одна чайная ложка меда и 1 чайная ложка глицерина. Все это смешать и намазать на лицо часа на два, а потом смыть. Лицо очень освежается и расправляются морщины. Оставшуюся смесь можно держать в холодильнике несколько дней. Маску можно повторять 2—3 раза в неделю. Для

свежести и питания кожи лица очень хорошо намазывать на несколько минут разные фруктовые соки, соки овощей, молоко, сметану, сливочное масло.

Через несколько минут все смывается.

74. ЛЕЧЕНИЕ ПОНОСА У ДЕТЕЙ

Взять чайную ложку хорошего риса, залить его 6—7 чашками воды, поставить на маленький огонь и кипятить. Полученный отвар остудить и в теплом виде давать больному ребенку, по 1/3 чашки каждые два часа.

75. СРЕДСТВО ОТ ПОНОСА

Берут примерно 200 г грецких орехов, раскалывают и берут не ядрышки, а перегородки, которые их разделяют. Складывают их в поллитровую бутылку и заливают спиртом. Настаивают 2—3 дня. Принимать 3—4 раза в день от 6 до 10 капель на небольшую рюмку тепловатой воды. Как только понос начнет сходить на нет, прием капель следует немедленно прекратить, т. к. средство это очень сильное и может вызвать запор.

76. РУССКОЕ И СЕРБСКОЕ СРЕДСТВА ОТ ПОНОСА

Молодые грецкие орехи режут ломтиками вместе с кожурой и настаивают на водке.

Доза: для приостановления поноса пить не более 2 наперстков на один прием, 2 приема в день — максимум. Нарезанные ломтики должны заполнить бутылку на 3/4, остальная часть заполняется водкой.

77—78. ДВА НАРОДНЫХ СРЕДСТВА ОТ БЕССОНИЦЫ

Весьма продолжительная бессоница может измотать и полностью разрушить здоровье. Врачи официальной медицины (алопаты) зачастую прибегают к наркотикам. Но знахари имеют натуральные, хотя весьма и примитивные средства. Одно, самое лучшее средство — диета из сырых овощей, сырых фруктов, фруктовых соков.

А. Лук, потребляемый в довольно значительных количествах перед сном, создает хороший, крепкий, здоровый сон.

Б. Сидячая ванна из холодной воды продолжительностью 3—4 минуты перед сном, создает хорошую предпосылку для спокойного сна.

79. СИБИРСКОЕ ЗНАХАРСКОЕ СРЕДСТВО ОТ МОЗОЛЕЙ

Вымочить луковую шелуху в винном уксусе в течение, по меньшей мере, 2 недель. Наложить на мозоль слой шелухи и завязать на всю ночь. Процедуру повторить несколько раз и мозоли исчезнут.

80. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ МОЗОЛЕЙ

Это старинное средство и потому верное. Надо перед сном распарить ногу в горячей воде, затем вытереть досуха и привязать к мозоли корку лимона с большим количеством мякоти. Лучше всего срезать горбушку с лимона, которую и привязать к мозоли. Через 4—5 дней мозоль должна сойти полностью.

81. ЧУДЕСА ЛЕЧЕНИЯ ГОРЯЧИМИ ВАННАМИ С ПРИМЕСЬЮ ОТВАРА РАЗЛИЧНЫХ СУШЕНЫХ ТРАВ

Нижеописываемые средства и способы лечения горячими ваннами из сушеных трав автор просит каждого прочитать с огромным вниманием, сделать надлежащие выводы и воспользоваться этими средствами.

Сенная труха, как добавка к ваннам. Залив сенную труху холодной водой, довести ее до кипения, кипятить полчаса. Обычно, для упрощения, труху перед кипячением помещают в холщевый мешок и в нем ее варят. Отвар трухи прибавляют в ванну. Такого рода ванны благотворно действуют на организм.

Для полной ванны берут 1 кг трухи, для половинной — 0,5 кг, для сидячей — 1/4 часть. Срок приема ванны — 5—20 мин при 37° С.

Для лечения суставного ревматизма и некоторых других заболеваниях некоторые лекари рекомендуют принимать более 20 мин, а чаще всего — 45 мин, а иногда и 1 час.

Сенная труха богата различными эфирными маслами, благодаря чему происходит раздражение кожи. Необыкновенно полезно ее действие на обмен веществ при подагро-ревматическом состоянии, болезней суставов и др. При накоплении жидкости в суставных пазухах, при воспалении нервов и при образовании фурункулов она производит рассасывающее действие. Благотворно она действует при судорогах, коликах желчного пузыря, желудка, кишок и других органов.

82. ХВОЩ ДЛЯ ПРИБАВЛЕНИЯ К ВАННАМ

Хвощ заливают холодной водой, кипятят полчаса и прибавляют к воде для ванны. Для полной ванны берут 750 г хвоща, для половины — 375 г, для сидячей и ножной ванны по 250 г. Хвощевые ванны ценны содержанием кремнезема и, как таковые, применяются при судорожных состояниях почек и мочевого пузыря, и при катарах и слабостях мочевого пузыря. Хвощевой отвар превосходно действует на плохо заживающие раны. В таких случаях на рану накладывают смоченную в отваре тряпочку.

83. ДУБОВАЯ КОРА ДЛЯ ПРИБАВЛЕНИЯ К ВАННАМ

Сухую кору измельчают и замачивают в холодной воде на несколько часов, затем кипятят полчаса. Отвар процеживают и прибавляют к ванне. Для полной ванны берут 1 кг коры, для половинной — 0,5 кг, для сидячей и ножной — 250 г.

Ванны из дубовой коры, благодаря содержанию дубильных веществ, действуют жаропонижающе, содействуют заживлению ран.

84. КОРНИ АИРА ДЛЯ ПРИБАВЛЕНИЯ К ВАННАМ

Корни и зелень аира заливают холодной водой и подвергают кипячению в течение получаса, после чего отвар прибавляют к ванне. Для полной ванны необходимо 250 г аира, а для половинной — 125 г. Ванны с аиром служат для лечения золотухи и рахита у детей, и неврозов у взрослых.

85. РОМАШКА ДЛЯ ПРИБАВЛЕНИЯ К ВАННАМ

Цветы ромашки заливают водой и кипятят в хорошо закрытой посуде 10 мин. Количество для полной ванны 250 г, для сидячей — 150 г. Благодаря содержащемуся эфирному маслу, ванны эти имеют целебное влияние на внутренние и наружные воспаления, их с большой пользой принимают при лечении катаральных состояний, кожных болезнях, ранах и нарывах.

86. ЛИСТЬЯ ГРЕЦКОГО ОРЕХА ДЛЯ ПРИБАВЛЕНИЯ К ВАННАМ

Берут свежие или высушенные листья грецкого ореха, заливают холодной водой и кипятят 45 мин. в плотно закрытой посуде.

Для полной ванны берут 1 кг листьев, для половинной — 500 г, для сидячей и ножной — 250 г. Ванны эти применяются, главным образом, в детской практике при лечении золотухи и заболеваниях лимфатических желез.

87. ЭКСТРАКТ ИЗ СОСНОВЫХ ИГЛ ДЛЯ ПРИБАВЛЕНИЯ К ВАННАМ

Готовят его так: берут веточки и шишки, заливают холодной водой и кипятят полчаса, после чего хорошо закрывают и оставляют на 12 часов настаиваться. Хороший экстракт имеет коричневый цвет. Аптечный экстракт для полной ванны бывает зеленый — это от искусственных примесей. Для полной ванны экстракта требуется 1,5 кг, для половинной — 3/4 кг, для сидячей и ножной — по 1 кг.

Ванны с экстрактом из сосновых игл производят необыкновенно успокаивающее действие на лиц с болезненной раздражительностью и поразительно укрепляют сердце и нервы. Применяют при бессоннице, параличе подагре, мускульном и суставном ревматизме, ишиасе

воспалениях суставов, ожирении, при катарах дыхательных путей, астме и болезни легких.

88. ВАЛЕРИАНА ДЛЯ ПРИБАВЛЕНИЯ К ВАННАМ

Ванны с отваром валерианы служат для успокоения сердца и всей нервной системы. Они понижают возбужденность нервной системы и особенно рекомендуются при нервной бессонице, нервном сердечном страдании, слабости сердца. Такие ванны уменьшают и регулируют число сердечных ударов, понижают давление крови. Для полной ванны требуется 0,5 кг корня.

89. ВАННЫ С ПРИБАВЛЕНИЕМ ГОРЧИЦЫ

Прибавляют горчицу (сухую) только к частичным ваннам для рук и ног, берут 2—3 пригоршни свежей горчицы, заливают горячей (50°) водой, хорошо растерев, чтобы не было комочков, прибавляют к ванне. Выделяющееся при этом горчичное масло оказывает на кожу большое раздражение, большее, чем всякие другие прибавления к ваннам. Пребывание в такой ванне ограничивается 5—10 минутами. Горчицу ни в коем случае нельзя кипятить, иначе она теряет силу.

90. ПРИБАВЛЕНИЕ К ВАННАМ СМЕСЕЙ

Прибавляют к ваннам лишь такие смеси, в каких действие одного лечебного свойства не уничтожает действие другого. Чаще всего берутся следующие смеси: сенная труха и овсяная солома (в равных долях та и другая). Аир и листья грецкого ореха. Дубовая кора и листья грецкого ореха в равных частях, сосновые иглы и соль (на одну ванну из сосновых игл около 1 кг соли).

91. СРЕДСТВО ОТ ПОТЛИВОСТИ НОГ

Истолочь кристаллы борной кислоты в порошок. Каждое утро обильно посыпать этим порошком ноги, особенно между пальцами и подошву. Каждый вечер смывать порошок водой 35—40° С. В течение первой недели лечения следует надевать чистые носки каждое утро. Потливость исчезнет после двухнедельного лечения.

92. ЗНАХАРСКИЙ МЕТОД ЛЕЧЕНИЯ НЕВРАЛГИИ

Во время невралгического приступа сварить хорошо вкрутую яйцо, разрезать его пополам и обе половинки немедленно приложить к тому месту, где боль ощущается больше всего. Когда яйцо остынет, боль исчезнет и сравнительно долгое время не будет беспокоить больного. Это испытанное средство.

93. САМЫЙ ВЫСОКОЦЕЛЕБНЫЙ БАЛЬЗАМ ВНУТРЕННИЙ И НАРУЖНЫЙ

Используется для лечения старых запущенных ран, против всякой боли независимо от ее происхождения, от головной боли. Если чуть-

чуть этого бальзама подмешать в суп или к какой-нибудь другой жидкой пище в течение нескольких дней, то это средство очищает желчный пузырь от камней, останавливает боль в желудке и укрепляет его. Этим бальзамом можно вылечить ушиб, сильные ожоги, ногтеед. Для наружного применения бальзам лучше подогревать и намазывать на больное место. Для внутреннего употребления — подмешать одну чайную ложку бальзама к стакану горячего чая.

Способ приготовления: Положить в глазированный глиняный горшок 400 г деревянного масла, 200 г желтого пчелиного воска (нетопленного), 200 г розовой воды, 1200 г хорошего красного вина и 2 унции красного сандала в порошке. Кипятить полчаса, все время перемешивая ложкой. Затем прибавить 200 г терпентина и продолжать мешать еще минуты две. Убрать горшок с огня. После того, как бальзам немного остынет, надо прибавить 5 г камфоры в порошке, снова размешать и перелить бальзам в другой сосуд, процеживая через марлю. Как только бальзам застынет, его следует разрезать крест накрест, чтобы незастывшие частицы осели на дно. Снова следует переложить бальзам в глазированный горшочек и хранить в прохладном месте.

Для лечения гангрены и прочих подозрительных ран следует намазывать бальзам толстым слоем на льняную тряпочку и прикладывать к гангренозным местам. Повязку следует менять 2 раза в день до полного излечения.

94. ОЧЕНЬ ЦЕННАЯ ДИЕТА ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ

Первую неделю есть 3 раза в день вместо завтрака, обеда и ужина по 2 апельсина и по 3 яйца, сваренных вкрутую. Обязательно варить 12 минут. Последующие недели кроме этой пищи есть в неограниченном количестве сырые овощи и фрукты. Доктора заключили правильно: апельсины дадут все нужные витамины, а яйца — протеин.

95. ЗНАХАРСКИЙ СПОСОБ ПОДАЧИ ПОМОЩИ АСТМАТИКАМ ВО ВРЕМЯ ПРИПАДКА

При внезапном припадке — глотать ячменный кофе, кусок льда, нюхать нашатырный спирт, к икрам приложить горчичники, тело растирать щетками. Держать в комнате астматиков воздух всегда чистым и не позволять курить, а если накурено и нельзя открыть окно, то следует очень близко к изголовью кровати больного поставить блюдце, наполненное нашатырным спиртом.

96. НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ БОЛЕЙ В УХЕ И ГЛУХОТЫ

Часто после простуды появляется сильная боль в одном ухе, а иногда и в обоих сразу. Эта боль часто сопровождается глухотой. Автору известен случай, когда 10-летняя девочка заболела и в резуль-

тате оглохла. Врачи лечили безрезультатно. Тогда за врачевание взялся знахарь. Он свернул воронкой большой лист плотной бумаги, вставил узким концом воронки в ухо девочки и зажег широкий ее конец. Когда воронка сгорела почти дотла, знахарь легким ударом руки выбил остатки воронки из уха пациентки. Затем ту же процедуру проделал со вторым ухом. Боль и глухота немедленно исчезли.

97. ЗНАХАРСКОЕ СРЕДСТВО ОТ БОЛИ В УШАХ

Иногда, после жестокой простуды, ушная боль бывает с прострелом. Надо приступить к лечению немедленно, чтобы не началось осложнение. Если известно определенно, что причина боли — простуда, надо приступить к описываемому способу лечения.

Очень хорошо нагреть кирпич или большой плоский камень, завернуть его в тряпку, наложить на больное место и держать так в течение двух часов. При этом способе рекомендуется давать пить какое-нибудь потогонное средство, чтобы больной потел на протяжении всего лечения.

98—99. КАК ИЗВЛЕЧЬ НАСЕКОМОЕ ИЛИ КАМЕШЕК ИЗ УХА

А. Накапать в ухо прованского масла, затем сравнительно слабой струей теплой воды спринцевать ухо, пока камешек не вылетит оттуда. Для извлечения насекомого надо в ухо по капле капать прованским маслом, пока насекомое не покажется на поверхности. Конечно, больной должен лежать соответствующим ухом кверху. При повороте головы больного масло из уха выльется.

Б. Можно извлечь насекомое и при помощи сока табака, также вливая его по капле в ухо. Насекомое быстро выйдет.

100. ОРИГИНАЛЬНОЕ СРЕДСТВО ОТ ГОЛОВНОЙ БОЛИ

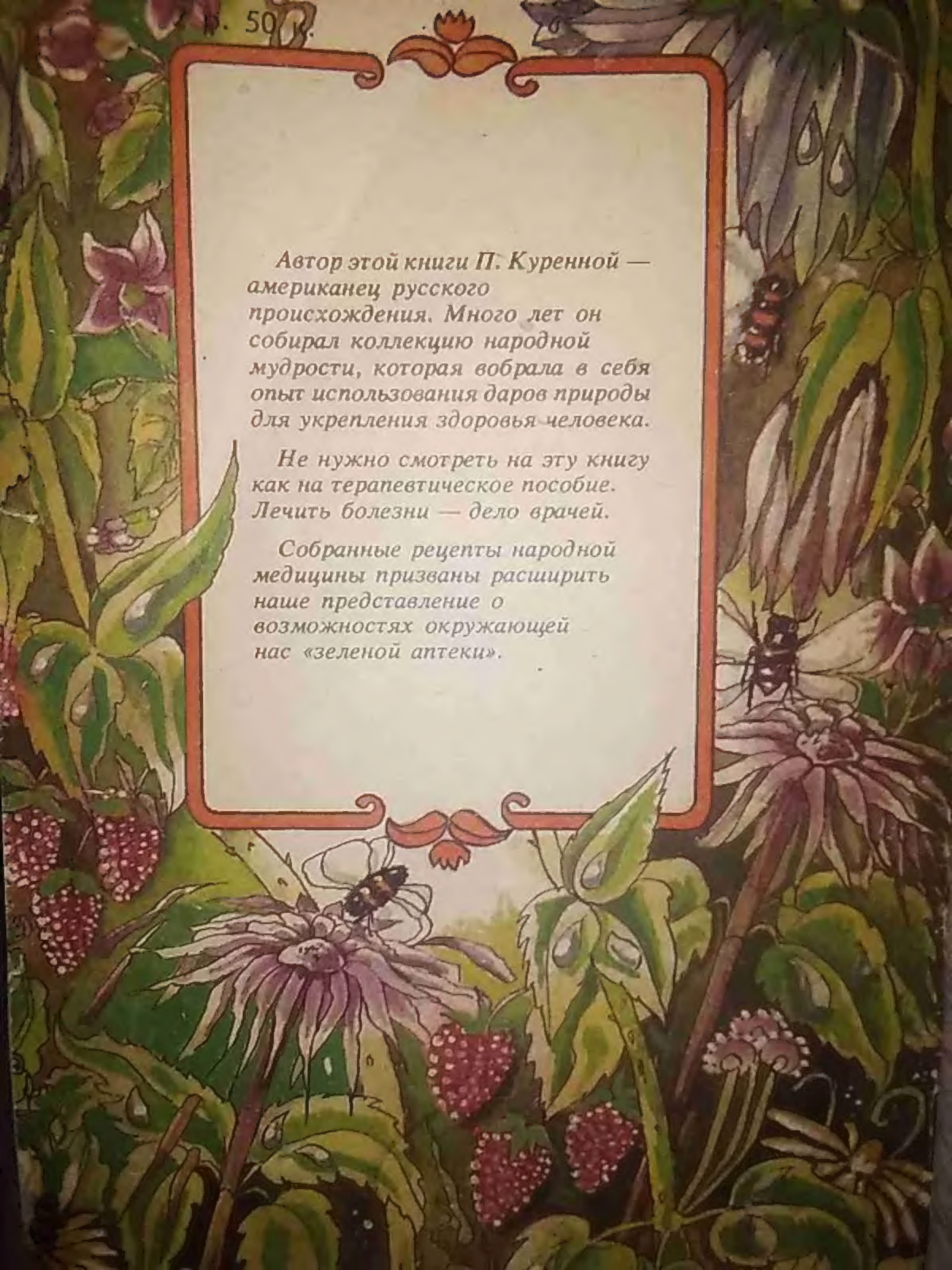
Взять свежую лимонную корку диаметром 2 см, очистить корку от цедры, приложить к виску влажной стороной и держать некоторое время. Вскоре под лимонной коркой образуется красное пятно, которое начинает немного гореть и чесаться, и головная боль вскоре исчезнет.

П. Куренной
100 рецептов народной медицины
Корректор Л. Захватова. Технический редактор В. Перевертун.

Сдано в набор 03.09.90. Подписано в печать 02.11.90. Формат 60x84 1/16. Печать офсетная. Бумага кн.-журнальная. Уч.-изд. л. 2,25. 2 печ. л. Тираж 1000000 экз. Зак. 402. Цена 2 р. 50 коп.

ИБ № 4708

Типография Издательства ЦК Компартии Казахстана



р. 50 к.

Автор этой книги П. Куренной — американец русского происхождения. Много лет он собирал коллекцию народной мудрости, которая вобрала в себя опыт использования даров природы для укрепления здоровья человека.

Не нужно смотреть на эту книгу как на терапевтическое пособие. Лечить болезни — дело врачей.

Собранные рецепты народной медицины призваны расширить наше представление о возможностях окружающей нас «зеленой аптеки».



PHOTOS BY ANDREY G AKA DONUT190